

# L'INTERCOM

VOTRE BULLETIN D'INFORMATION DU CISSS DE  
L'ABITIBI-TÉMISCAMINGUE

NOVEMBRE 2018, VOLUME 4 | ÉDITION SPÉCIALE




COLLOQUE  
**santé**  
30<sup>e</sup>  
**sécurité** SPÉCIAL  
COLLOQUE SANTÉ  
ET SÉCURITÉ  
DU TRAVAIL

# SOMMAIRE

Déjà 30 ans pour le Colloque santé et sécurité du travail .....	04
Comment faire vivre la prévention.....	05
La sensibilisation, une clé en prévention.....	06
Prévention des troubles musculosquelettiques .....	08
Le phénomène « Fly-in Fly-out ».....	09
Un colloque riche par sa programmation et ses échanges .....	10








**PROPOSEZ-NOUS VOS ARTICLES ET SUJETS  
AU PLUS TARD LE 16 NOVEMBRE 2018**

Écrivez-nous à :  
[08\\_ciissat\\_communications@ssss.gouv.qc.ca](mailto:08_ciissat_communications@ssss.gouv.qc.ca)

**Centre intégré de santé et de services sociaux  
de l'Abitibi-Témiscamingue**  
1, 9<sup>e</sup> Rue  
Rouyn-Noranda (Québec) J9X 2A9

 [Facebook.com/ciiss-at](https://www.facebook.com/ciiss-at)  
 [www.ciiss-at.gouv.qc.ca](http://www.ciiss-at.gouv.qc.ca)  
 CISSS de l'Abitibi-Témiscamingue

L'Intercom est produit par le Service des communications

*Colloque santé et sécurité du travail de l'Abitibi-Témiscamingue*

# DÉJÀ 30 ANS POUR LE COLLOQUE SANTÉ ET SÉCURITÉ DU TRAVAIL

Bonjour chers employés du Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) de l'Abitibi-Témiscamingue. Cette année, les intervenants des équipes de Santé au travail de la région, en collaboration avec les représentants de la Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail (CNESST), ont préparé une programmation de haut niveau à l'occasion du 30<sup>e</sup> anniversaire du Colloque santé et sécurité du travail (SST) de l'Abitibi-Témiscamingue, un événement d'envergure des plus rassembleurs pour les travailleurs des entreprises de la région.

Cet événement annuel permet à une clientèle diversifiée, provenant de milieux très différents, d'approfondir ses connaissances et d'échanger sur des dossiers qui touchent, entre autres, la santé des travailleurs. Cette année, des travailleurs du secteur minier, de l'administration publique et de l'industrie du bois ont notamment répondu à l'invitation.

Voici un numéro spécial présentant des entrevues relatant les expériences d'intervenants ayant pris part à l'événement. Tous, dont des employeurs, des travailleurs, de futurs travailleurs, des membres de comités, des conférenciers, des formateurs et des animateurs, étaient présents les 23 et 24 octobre derniers au Centre des congrès de Rouyn-Noranda pour apprendre, échanger, se questionner, rire et parfois même pleurer.

La santé et la sécurité d'aujourd'hui nous font vivre toutes sortes d'émotions à travers le passé, le présent et le futur. Les personnes qui s'impliquent, s'engagent, s'intéressent et se préoccupent de la santé et de la sécurité au travail repartent chaque année plus outillées et pleines de ressources en participant à ce rendez-vous unique en région.

Nous sommes fières de vous partager quelques beaux moments de cette 30<sup>e</sup> édition du colloque qui a rassemblé près de **400** personnes.

Marie-Andrée et Christiane



À l'occasion du 30<sup>e</sup> anniversaire, le colloque a fait appel, en ouverture, à monsieur Bruno Landry, un humoriste reconnu pour son humour percutant et innovateur. Sa conférence intitulée « Les Dix commandements de Bruno » s'articulait autour de deux concepts : intégration et adaptation.

*Il s'en est passé des choses, depuis 30 ans!*

## COMMENT FAIRE VIVRE LA PRÉVENTION



Michel Pérusse, formateur

### TRENTE ANS? PAS DÉJÀ 30 ANS?

Le Colloque régional santé et sécurité du travail (SST) de l'Abitibi-Témiscamingue en est à sa 30<sup>e</sup> édition cette année.

C'est fou comme le temps passe vite! De mémoire, j'y ai participé au moins sept fois, remontant aussi loin qu'en 1999. Il s'en est passé des choses, depuis 30 ans! Que faisons-nous en 1989? Les choses ont bien changé depuis ce temps. On n'a qu'à penser aux nombreuses transformations qu'a connues le réseau de la santé, par exemple!

En santé et sécurité au travail, les lésions professionnelles indemnisées ont diminué légèrement jusqu'au milieu des années 1990. Ce qui est inquiétant, c'est qu'elles ont plafonné ou, dans certains cas, elles ont même recommencé à augmenter, tout doucement. Ce sont surtout les blessures accidentelles qui ont diminué. Deux problématiques refusent de lâcher prise : les troubles musculosquelettiques et les problèmes de santé mentale au travail. Ces deux catégories de lésions ont des origines multifactorielles et sont difficiles à cerner et à quantifier. Dans les deux cas, on retrouve des facteurs liés à l'organisation du travail.

Les solutions qui nous ont permis de gagner du terrain sur les accidents de travail ne suffisent plus pour régler les maladies professionnelles. Nous devons innover, créer et inventer de

nouvelles solutions. En somme, nous avons besoin d'un autre 30 ans de Colloque régional SST pour continuer à connaître des progrès en matière de santé et de sécurité au travail. Alors, longue vie au colloque!





*État de stress post-traumatique*

## LA SENSIBILISATION, UNE CLÉ EN PRÉVENTION

**M**esdames Anik Martel et Louise Vigneault, intervenantes de l'équipe de Santé au travail de la MRC d'Abitibi-Ouest au Centre de santé et de services sociaux (CISSS) de l'Abitibi-Témiscamingue, ont participé activement à l'élaboration d'outils d'intervention nationaux concernant l'état de stress post-traumatique. Dans ce contexte, des outils destinés spécifiquement aux pompiers ont pu être développés selon la réalité régionale vécue par les travailleurs qui occupent généralement cette fonction sur une base volontaire.

À l'occasion du 30<sup>e</sup> Colloque régional santé et sécurité (SST) de l'Abitibi-Témiscamingue, ces dernières ont présenté un atelier sur le sujet qui s'adressait à une clientèle provenant de différents milieux de travail. Voici leurs témoignages.



### ANIK MARTEL

Technicienne en hygiène du travail  
Santé au travail de la MRC d'Abitibi-Ouest

Même si l'ensemble de la population peut développer un état de stress post-traumatique, les pompiers sont une des clientèles particulièrement à risque en raison de leur exposition plus fréquente à des événements potentiellement traumatiques. N'ayant pas le matériel nécessaire pour aborder ce sujet de façon adéquate avec les brigades de pompiers de notre territoire, nous avons pris l'initiative d'élaborer des outils d'intervention. Ceux-ci sont devenus le point de départ d'une démarche provinciale visant à outiller l'ensemble des intervenants en Santé au travail du Québec sur l'état de stress post-traumatique (ÉSPT).

Je dois dire qu'au départ, aborder spécifiquement un risque psychosocial dans les milieux de travail était une grande étape à franchir pour moi, en tant que technicienne en hygiène du travail. Heureusement, mon implication au sein du comité provincial ÉSPT m'a permis d'approprier ce risque et de le voir comme n'importe quel autre risque présent dans les milieux de travail : le bruit, les fumées de soudage, etc. Quel que soit le risque, notre objectif en prévention est d'informer les travailleurs sur les effets à la santé, les mesures préventives possibles et les ressources disponibles pour les soutenir en cas de besoin.

Ma participation à la 30<sup>e</sup> édition du Colloque santé et sécurité du travail de l'Abitibi-Témiscamingue a été une belle occasion de parler de l'état de stress post-traumatique avec une clientèle élargie composée de travailleurs et de gestionnaires de différents secteurs d'activités. Selon moi, plus on en parlera, moins ce risque sera tabou et mieux s'en porteront les travailleurs!



### LOUISE VIGNEAULT

Infirmière clinicienne en santé au travail  
Santé au travail de la MRC d'Abitibi-Ouest

L'approche biopsychosociale est utilisée pour aborder la majorité des risques dans les milieux de travail. Le volet psychosocial s'applique plus particulièrement à certains risques, par exemple au bruit lors d'intervention, compte tenu de l'impact qu'une perte auditive peut avoir sur la vie familiale et sociale.

Le fait que le risque de l'état de stress post-traumatique (ÉSPT) spécifiquement pour les pompiers et les policiers ait été retenu sur la scène provinciale a permis de créer une ouverture pour que les équipes de Santé au travail de la région puissent aborder ce risque dans les milieux de travail. C'est donc en 2015 que les démarches locales ont commencé pour prévenir ce risque.

Au départ, le projet visait spécifiquement les pompiers volontaires de la région. Nos travaux ont par la suite été validés et ont permis de lancer l'approche nationale pour l'ensemble des pompiers. Finalement, les outils ont été adaptés au groupe des policiers. Le fait d'aborder ce risque avec nos brigades de pompiers a répondu à un réel besoin. Il y a eu transfert d'informations, remise de documents de référence et présentation du corridor de service. En bref, il s'agit d'un ensemble d'interventions qui s'inscrivent dans un processus d'éducation à la santé.

À l'occasion du Colloque régional SST, cette fois-ci nous avons revu et adapté notre contenu sur l'ÉSPT pour le transmettre à une clientèle élargie composée de travailleurs et de gestionnaires désirant parfaire leurs connaissances sur le sujet. Nous avons eu l'occasion de démystifier ce risque avec eux afin qu'ils deviennent des ambassadeurs dans leur milieu de travail respectif. En sachant qu'il est possible qu'un événement potentiellement traumatique survienne dans leur environnement de travail, les participants seront davantage en mesure de réagir adéquatement le moment venu!



Par Patrice Voyer, professionnel à la Direction de santé publique

*Prévention des troubles musculosquelettiques*

## LE CONDITIONNEMENT PHYSIQUE COMME APPROCHE COMPLÉMENTAIRE À L'ERGONOMIE

Le 23 octobre dernier, j'ai participé au Colloque santé et sécurité du travail (SST) de l'Abitibi-Témiscamingue pour une troisième année consécutive. C'est toujours un grand plaisir pour moi de collaborer avec les membres de l'équipe régionale du réseau de santé publique en santé au travail (RSPSAT) et les représentants de la Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail (CNESST). Le Colloque SST est un événement d'envergure pour les milieux de travail de la région et c'est une occasion en or de présenter et d'échanger sur de nouvelles idées ou des avancées dans le domaine de la santé et de la sécurité au travail.

Kinésologue de formation, j'ai un intérêt marqué pour la surveillance des risques de troubles musculosquelettiques (TMS). Dans l'atelier que j'ai présenté au colloque, j'ai abordé la problématique des TMS sous un angle de prévention des lésions par l'amélioration et le maintien de la condition physique du travailleur. Je n'ai aucunement remis en question l'importance de l'ergonomie qui est l'approche généralement préconisée par les milieux de travail pour prévenir les lésions de type TMS. Néanmoins, j'ai mis de l'avant l'importance de la place du travailleur et de sa condition physique dans le mécanisme de production de la lésion. En d'autres mots, l'ergonomie est un très bon moyen pour le travailleur d'adapter sa tâche, mais l'amélioration et le maintien de sa condition physique sont aussi d'excellents moyens de réduire l'écart entre sa capacité de travail et les exigences de sa tâche.

Comme par les années passées, le sujet a généré des discussions fort intéressantes et a permis aux différents acteurs présents au colloque de mieux comprendre la problématique des TMS et le rôle que peut jouer le conditionnement physique dans la prévention des lésions.



Entrevue avec Tommy Cousineau et Alex Tremblay

# LE GROUPE IMAGE SE PENCHE SUR LE PHÉNOMÈNE DU « FLY-IN FLY-OUT »

## 1. Qu'est-ce que le Groupe IMAGE de l'Abitibi-Témiscamingue?

En gros, le Groupe IMAGE est présent pour les hommes vivant une détresse et les aide en les dirigeant au bon endroit. Tout homme vivant une difficulté est écouté et référé à la bonne personne et à la bonne ressource, au bon moment.

Nous offrons un volet en centre d'hébergement pour les hommes en difficulté ainsi qu'un volet père/enfant afin d'aider les pères à tisser des liens avec leur enfant. Un autre volet se situant à Ville-Marie porte sur l'itinérance. En primeur, un point de service ouvrira à Amos.



## 2. Qu'est-ce qui vous a amenés à faire une recherche sur le phénomène du « fly-in fly-out »?

La Table régionale santé et bien-être des hommes, qui réunit des partenaires régionaux de différents horizons, nous a mandatés pour choisir une thématique sur laquelle on pourrait se pencher et approfondir les connaissances de la population en général. Le sujet du « fly-in fly out » est ressorti. C'est un phénomène qui touche 90 % des hommes. On voulait voir les conséquences en Abitibi-Témiscamingue. On a bien vu, avec la recension des écrits faits par l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ), qu'il n'y avait rien là-dessus et qu'aucune étude n'avait été menée ici.

## 3. Décrivez-nous votre projet

Ce que nous voulons évaluer n'est pas nécessairement le concept des hommes qui sortent de la région pour aller travailler dans les mines. Le concept « fly-in fly-out » est pour nous l'idée que les hommes partent sur des « runs » pendant quelque temps et qu'ils quittent en réalité le nid familial pour aller travailler à l'extérieur de la région, aussi communément appelé « navettage ».

La façon dont on veut aborder le sujet est basée sur deux objectifs : la santé et la sécurité du travailleur et l'influence que ce mode de vie a sur sa vie personnelle, familiale et de couple ainsi que sur ses loisirs, ses habitudes de consommation et ses habitudes de vie. On veut connaître quelles sont les ressources existantes pour lui et si elles sont accessibles, disponibles et adaptées.

## 4. Quel lien faites-vous entre les particularités de la demande d'aide des hommes en région et les effets de ce mode de vie?

Les hommes ont de la difficulté à demander de l'aide. Nous imaginons donc cela dans un monde traditionnellement masculin où l'on doit démontrer notre masculinité, où on est entre « boys ». Un gars qui vit de la détresse n'en parlera pas, il va refouler cela en dedans de lui. Les fois où nous parvenons à les rejoindre, c'est lorsqu'ils sont au bout du rouleau et que le sac est rendu assez plein.

FLY-IN FLY-OUT



Tommy Cousineau et Alex Tremblay, direction du Groupe IMAGE de l'Abitibi-Témiscamingue

**5. Selon vous, quelles sont les principales problématiques reliées au « fly-in fly-out » ?**

On parle de fatigue et de la difficulté à s'accomplir comme individu. D'autre part, on sait très bien aujourd'hui que le père est primordial dans le développement de l'enfant aussi bien que la mère. Nous voulons savoir ce qui arrive quand le père revient dans le milieu familial.

**6. Est-ce que votre recherche aura des impacts sur les milieux de travail?**

La démarche est en cours. Nous partageons nos hypothèses et nous souhaitons que les supérieurs immédiats et les gestionnaires soient plus outillés et plus sensibles à la demande d'aide des hommes. Nous voulons éviter les malaises qu'il peut y avoir lorsqu'un homme manifeste une détresse et réussir à offrir nos services par l'entremise des entreprises afin qu'il y ait un bon continuum de services.

En fait, nous voulons trouver un moyen de ne pas « échapper l'gars ». Adapter nos services à la demande d'aide des hommes c'est une chose, mais adapter nos services à un homme dans le contexte de « fly-in fly-out » ça représente un défi supplémentaire, car il y a un paquet de facteurs qui influencent son mode de vie.

**7. Comment trouvez-vous votre expérience dans le cadre du Colloque régional santé et sécurité du travail?**

C'est notre première expérience et nous sommes très excités et contents de pouvoir donner un atelier dans le cadre d'un événement de cette envergure. La Table régionale est très heureuse d'avoir une telle visibilité et les gens sont intéressés par nos hypothèses. Nous sommes surpris aussi de voir à quel point il y a des échanges et plusieurs pistes de réflexion qui sont apportées, par exemple, par des travailleurs retraités qui sont de retour à la maison.

## UN COLLOQUE RICHE PAR SA PROGRAMMATION ET SES ÉCHANGES

Par Yves Desjardins, président-directeur général du CISSS de l'Abitibi-Témiscamingue

Dans l'édition d'avril 2018 de notre journal interne l'Intercom, aux pages 13 et 14, nous avons tous eu l'occasion d'en apprendre un peu plus sur les activités du programme Santé au travail. Essentiellement, ces actions consistent à soutenir les travailleurs des entreprises de la région pour faciliter la mise en place de mesures qui contribuent à prévenir l'apparition de maladies professionnelles.

En assistant au Colloque santé et sécurité du travail (SST) de l'Abitibi-Témiscamingue le 24 octobre dernier, j'ai pu constater qu'en plus de leur mandat préventif, les équipes du programme en question accordent beaucoup d'importance à la promotion de la santé dans les milieux de travail. Ce colloque représente d'ailleurs un excellent véhicule à cet effet.

En plus d'apprécier la richesse de la programmation, j'ai eu l'occasion de constater tous les efforts déployés par les intervenants du programme dans le cadre de la campagne des réalisations. J'ai pu voir concrètement de quelle façon les bons coups des milieux de travail en matière de santé et de sécurité ont été valorisés à l'occasion de la cérémonie

*Un colloque riche par sa programmation et ses échanges (suite)*

de remise des mentions *Reconnaissance*. Quel plaisir de voir les coanimateurs de cette cérémonie exploiter ces bons coups pour en expliquer les retombées positives sur l'amélioration de la santé des travailleurs! Et quelle valorisation pour ces mêmes milieux! De plus, bien souvent, ces réalisations qui émanent des milieux de travail peuvent être transposables dans d'autres entreprises.

La pérennité du Colloque SST de l'Abitibi-Témiscamingue qui en est à sa 30<sup>e</sup> édition s'explique de plusieurs manières. En constatant l'engouement des travailleurs à y participer en grand nombre, d'année en année, on comprend qu'il répond clairement à un besoin de réseautage pour les acteurs régionaux du monde de la SST. Un événement de ce genre a un impact positif sur les milieux de travail et sur la santé de la population en général. Par des actions au quotidien dans les milieux de travail et grâce à des initiatives comme la tenue du colloque, le programme Santé au travail occupe une place de choix dans tous les efforts déployés par le CISSS de l'Abitibi-Témiscamingue pour l'amélioration de la santé de la population. Bravo!



De gauche à droite : Claude Sicard, vice-président à la CNEST, Christine Savard, directrice régionale à la CNEST, Lyse Landry, directrice de santé publique du CISSS de l'Abitibi-Témiscamingue et Yves Desjardins, président-directeur général du CISSS de l'Abitibi-Témiscamingue.

## Sincères remerciements

Je tiens à remercier particulièrement les intervenants des différentes équipes de Santé au travail du CISSS de l'Abitibi-Témiscamingue qui ont collaboré à la réalisation de cette édition de l'Intercom Express.

Merci pour votre temps et vos efforts!

Paula Larochelle



Envoyez-nous votre adresse courriel pour recevoir l'Intercom à la maison :  
08\_ciissat\_communications@ssss.gouv.qc.ca



Proposez-nous vos articles et sujets au plus tard le 16 novembre 2018

*Centre intégré  
de santé et de services  
sociaux de l'Abitibi-  
Témiscamingue*

Québec 